



# 令和2年 6月の給食予定献立表

企業主導型保育所 Sun Son Nursery School  
3歳未満児 静岡給食センター

日曜日	区分	献立	赤色の食品	黄色の食品	緑の食品	その他 (調味料等)	エネルギー たんぱく質 脂質
			からだを作る	エネルギーになる	からだの調子を整える		
1月	10時 昼食	牛乳	牛乳				
		ごはん		胚芽米			
		麻婆豆腐	豚肉、豆腐	油、砂糖、片栗粉、片栗粉	生姜、にんにく、椎茸、人参、太ねぎ	ガラスープ、醤油、味噌、オイスターソース	493 kcal
		はるさめサラダ	ハム	春雨、砂糖、ごま油	きゅうり	酢、醤油	17.6 g
	おやつ	バナナ			バナナ		13.8 g
		ジャムサンド		食パン、いちごジャム			
2月	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
		ごはん		胚芽米			
		栄養きんぴら	豚肉、黒はんぺん	油、蒟蒻、砂糖、胡麻	ごぼう、人参、ピーマン	カレー粉、醤油	461 kcal
		小松菜の磯和え	のり		小松菜、人参	醤油	13 g
	おやつ	豆腐とわかめのみそ汁	豆腐、わかめ、味噌				11.9 g
		蒸しパン	牛乳	砂糖、HM、バター	レーズン		
3月	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	
		ケチャップライス	ハム	胚芽米	玉ねぎ、グリーンピース	コンソメ、塩、ケチャップ	
		さけのバター焼き	さけ	バター		塩、こしょう	1517 kcal
		ポテトサラダ		マヨネーズ、じゃが芋	人参、きゅうり		17.1 g
	おやつ	オニオンスープ	わかめ、味噌	麩	青ねぎ		16.1 g
		バナナマフィン	牛乳	HM、バター			
4月	10時 昼食	牛乳	牛乳				
		ごはん		胚芽米			
		豚肉と人参の変わり揚げ	豚肉	油、薄力粉	人参、大葉	塩、ケチャップ、中濃ソース	468 kcal
		もやしスープ	ベーコン		もやし、ほうれん草、人参	塩、醤油、コンソメ	16.9 g
	おやつ	オレンジ			オレンジ		17.7 g
		ポテトフライ	青のり	じゃが芋、油			塩
5月	10時 昼食	野菜&フルーツジュース				ジュース	
		パン		パン			
		鶏肉とマカロニのクリームシチュー	鶏肉、牛乳、スキムミルク	バター、薄力粉、油、マカロニ	玉ねぎ、人参、エリンギ、グリーンピース	塩、コンソメ	502 kcal
		トマトサラダ		砂糖、油	トマト、レタス、きゅうり	酢、塩	16.1 g
	おやつ	メロン			メロン		14.4 g
		ライスお好み焼き	かつお節	胡麻、じゃが芋、油、胚芽米	青ねぎ		醤油
8月	10時 昼食	牛乳	牛乳				
		ごはん		胚芽米			
		生揚げの炒め物	豚肉、厚揚げ	油、砂糖、片栗粉	生姜、にんにく、椎茸、人参、もやし、パプリカ、玉ねぎ、青ねぎ	コンソメ、醤油、カレー粉、ケチャップ	477 kcal
		キャベツとアスパラのサラダ		砂糖、オリーブ油	キャベツ、アスパラ、人参	バイン缶、酢	15.8 g
	おやつ	ミニゼリー				ゼリー	13.0 g
		安倍川マカロニ	きな粉	砂糖、マカロニ			塩
9月	10時 昼食	牛乳	牛乳				
		カレーライス	豚肉、スキムミルク	胚芽米、油、じゃが芋	玉ねぎ、人参	カレールウ	
		フレンチサラダ	ハム	砂糖、オリーブ油	キャベツ、きゅうり、コーン	酢、塩	651 kcal
		オレンジ			オレンジ		19.5 g
	おやつ	カスタードプリン				プリン	15.3 g
		野菜&フルーツジュース				ジュース	
10月	10時 昼食	焼きそば	豚肉、かつお節、青のり	中華麺、油	玉ねぎ、人参、キャベツ、もやし	ウスターソース、中濃ソース	
		じゃが芋のみそ汁	味噌、わかめ	じゃが芋	青ねぎ		
		バナナ			バナナ		485 kcal
	おやつ	ごまトースト		食パン、胡麻、バター、砂糖			12.1 g
							17.1 g
11月	10時 昼食	牛乳	牛乳				
		ごはん		胚芽米			
		じゃが芋の含め煮	鶏肉	じゃが芋、こんにゃく、砂糖、油	玉ねぎ、人参	醤油	489 kcal
		たくあんのおかず		胡麻	きゅうり、たくわん		16.2 g
	おやつ	豆腐とえのきのみそ汁	豆腐、わかめ、味噌		えのき		12.3 g
		ヨーグルトパン	ヨーグルト	ブルーベリージャム、砂糖、油、強力粉			塩、BP
12月	10時 昼食	りんごジュース				りんごジュース	
		パン		胚芽米			
		さわらのムニエル	さわら	薄力粉、バター		塩、こしょう	445 kcal
		洋風かき玉汁	豚肉、鶏卵	片栗粉	人参、玉ねぎ、ほうれん草	コンソメ、塩	19.4 g
	おやつ	白桃缶				白桃缶	11.1 g
		梅ツナにぎり	ツナ、味噌	胚芽米	玉ねぎ、梅		
15月	10時 昼食	りんごジュース				ジュース	
		ごはん		胚芽米	グリーンピース		
		挽肉の味噌風味焼き	豚肉、味噌	パン粉、ごま油	玉ねぎ	醤油、こしょう	525 kcal
		山吹スパゲティサラダ	ハム、鶏卵	スパゲティ、砂糖、油、マヨネーズ	人参、きゅうり		15.6 g
	おやつ	わかめスープ	わかめ	ビーフン、ごま油	太ねぎ	醤油、塩、ガラスープ	20.9 g
		バターポテト		バター、じゃが芋			塩
16月	10時 昼食	牛乳	牛乳				
		ごはん		胚芽米			
		大豆の磯煮	大豆、油揚げ、竹輪、ひじき	油、蒟蒻、砂糖	人参	醤油	507 kcal
		野菜のみそ汁	味噌、わかめ		玉ねぎ、人参、キャベツ、小松菜		15.2 g
	おやつ	バナナ			バナナ		17.5 g
		バナナコッタ	牛乳・生クリーム	黒砂糖、砂糖			